

第六步驟

「要完全準備讓上蒼除去自己一切人格上之缺點。」

「這一步驟會把成熟的人和未成熟的人區別出來。」這句話是一位眾人所愛的神職人員而恰巧也是AA的最好朋友之一說的。他接著解釋說，任何人只要有足夠的意願與誠實再三地把第六步驟用在他所有的缺點上——毫無保留的——他在精神生活上的確頗有進步，也因此他有資格被稱為是一位誠心試著照他造物者的形象和樣子成長的成熟人。

上蒼是否有能力而且在某種情況下是否願意除去我們人格上的缺點？幾乎是每一個AA的成員會立即對此常引起爭論的問題表示肯定的答案。對他來說這並不是一種理論，反而差不多是他生活中最重要的事實。他通常會為他的驗證提出陳述如下：

「的確我會被擊敗過，被完全地打倒過。自己的意志力對酒精不能發揮甚麼作用。換個情形來看，家人、朋友、醫生和神職人員的盡力，對我的酒癮病毒都起不了甚麼影響。我簡直不能停止喝酒，而且好像沒有人能幫我戒酒。但是當我變得願意大掃除，然後請求一個更高的力量（自己所認識的上蒼）賜給我解脫時，我飲酒的頑念就消失了。它從我的心中被除去。」

在全世界的AA聚會中，每天都能聽到類似以上的陳述。大家都清楚地看到，每一個清醒

的AA成員都曾經從這非常固執及可能致命的頑念中得到解脫。所有的AA成員都曾經徹底而實際地「變得完全準備好」讓上蒼從他們的生活中除去對酗酒的瘋狂。而上蒼正是那樣做的。既然已得到從酒癮病毒中完全解脫，那麼對於其它的困難或缺點為甚麼我們不能以同樣的方法來獲得全然的解除？這是我們生存所不能理解的謎，完整的答案也許只在上蒼心中。無論如何，我們已明白了答案的一部份。

當男人和女人把那麼多的酒精灌進自己體內而摧毀自己的生命時，他們犯了一種最違反自然的行為。違抗了他們自衛的本能慾望，他們似乎傾向於自毀。他們違反了自己最深的本能。當酒精所施加的可怕痛擊使他們謙卑時，上蒼的恩賜就能進入他們並驅除他們的頑念。在此情況下，他們強而有力的生存本能可與造物者的願望通力合作而給予他們新的生活，因為自然和上蒼一樣痛恨自毀。

但是，我們其它大多數的困難並不屬於這種範疇之內。譬如說，每個正常的人都想要吃、生育以及在社會上有一席之地。而且他希望在努力獲得這些事物時，他會相當安全而有保障。的確，上蒼就是如此創造他的。祂並不意欲使人類以酒精摧毀自己，而是祂給人類本能以便幫他繼續生活下去。

至少在此生中，沒有證據顯示我們的造物者期望我們完全消除自己本能的驅策。就我們所

知，從未有記錄顯示上蒼會把任何人的所有天生驅策力完全除去。

既然我們大部份的人生來就具有豐富的天生慾望，那麼我們時常讓它們遠超過其原訂的作用就不足為奇了。當它們盲目地驅使我們，或者我們任性地要求它們提供給我們比可能或應得的還要多的滿足或快樂時，我們就離開上蒼所希望我們在人間達到的完美程度。我們以此為標準來衡量自己的人格缺點（或者可以稱為自己的罪過）。

如果我們請求祂，上蒼必然會寬恕我們的怠慢。但是如果沒有我們的合作，祂絕不會給予我們人格上清白如雪且讓我們如此保持下去。我們自己應該願意為此事而努力。祂只要求我們在陶冶自己的品性上，盡己所能得到進步。

所以第六步驟——「要完全準備讓上蒼除去自己一切人格上之缺點」——是AA的方式來說明最適當的態度，以便開始做這終生的工作。這並不是說我們期望自己所有人格上的缺點都會像飲酒的驅策力那樣從我們心中被除去。它們其中的幾個可能如此，但是對其中的大部份我們必須滿意於耐心地改進。「完全準備」這些關鍵字眼所強調的事實是，我們要尋求自己所知道或能學習到最好的目標。

在我們當中，有多少人已有此程度的準備？正確地說，幾乎沒有人。我們最能做的是，以自己所能鼓起的誠實努力達到此程度的準備。就算這樣，我們其中最好的人也會驚慌地發現，

永遠有一個遲疑不進的點，在那點上我們會說：「不，我還不能放棄。」而每當我們大叫：「我永遠不會放棄！」時，我們踏上更危險的路。我們的本能就有這樣的力量踰越它們自己。不論我們已得到多少進步，總會發覺到違抗上蒼的恩典的慾望。

有些人以為自己已做得很好，因而可能會駁斥以上所述，所以讓我們再往前多想一想。幾乎每個人都希望清除自己最明顯和毀滅性的障礙。沒有人想要驕傲得被蔑視為自誇者，或是貪婪得被貼上盜賊的標誌。沒有人想要忿怒到殺人的地步，好色到強姦人的地步，貪吃到損壞健康的地步。沒有人想被嫉妒的持續性痛苦所折磨，或是因懶惰而無能力。當然大部份的人都不會有這麼極端程度的缺點。

我們之中沒有落入這些極端的人很容易私自慶幸，但是我們能夠這樣嗎？畢竟完全是利己使我們大部份的人能免於這些極端，不是嗎？為了避免會使自己受處罰的過度行為並不需要付出多少精神上的努力。但是當我們在比較不極端的程度上面對這些同樣的缺點時，我們要怎麼看待？

我們現在得承認，我們為自己的一些缺點而大喜。我們實在極愛它們。例如，有誰不喜歡覺得自己稍微比隔壁的那個傢伙優越，或甚至於優越許多？我們喜歡讓貪婪偽裝成雄心，不是嗎？喜歡淫慾想起來似乎是不可能的，但是有多少男女嘴巴上談情說愛且相信自己所說的，因

此就可以把淫慾隱藏在他們心裡的黑暗角落？甚至當沒有超過傳統的限制時，很多人得承認他們傾向把自己的性幻想偽裝成浪漫的美夢。

自以為是的忿怒也可能是令人享樂的。以一種歪曲的方式，我們事實上能因許多人困擾我們而感到滿足，因為它帶來一種令人舒服的優越感。話中帶刺是一種以人身攻擊來禮貌地中傷他人的方法，這也可使我們感到滿足。在此我們並不是設法去幫助我們所批評的那些人，而是設法宣揚自己的正直。

因貪吃不至於招致毀滅，於是我們也有一個比較溫和的說法：我們稱它為「取得舒適的感覺」。我們生活在充滿嫉妒的世界裡，或多或少每個人都被它影響。由這個缺點我們必定得到一種歪曲但卻是一定的滿足，不然的話我們為甚麼消耗那麼多的時間去希望得到我們沒有的東西，而不是付出努力去得到它，或是忿怒地尋找我們永遠不會有的屬性，而不去適應這個事實且接受它？並且有多少次我們辛勞地工作，其動機只是為了以後的安心無慮和懶惰！不過我們稱它為「退休」。還有考慮一下我們對拖延的伎倆，那只是懶惰的另一個說法。對諸如此類的缺點，幾乎任何人可以列出充分的清單，但是我們沒幾個人會認真地想要拋棄它們，起碼直到它們造成我們過多的痛苦為止。

當然有些人也可能做出一個結論，認為自己的確已準備好讓這一切缺點被除去。但是如果

這些人對更輕微的缺點列出一份清單的話，他們也不得不承認他們寧願留住其中的某些缺點。因此似乎很明顯的，我們之中很少數能迅速或容易地準備好以精神上和道德上的完美為目標。我們只要有足夠的完美能讓我們過生活即可。甚麼會讓自己渡過生活，當然是根據每個人各種不同的意見而定的。所以不成熟的人和成熟的人之間的差異在於力求達到依據自己決定的目標與力求達到上蒼的完美目標之間的不同。

很多人會馬上問道：「我們如何能接受第六步驟的全部含意？那可不是太完美了嘛！」這聽起來像是個難題，但實際上並不是。只有在我們百分之百地承認自己無能為力對付酒精的第一步驟裡，才能絕對完美地被實行。其餘的十一個步驟都是陳述完美的理想。它們是我們追尋的目標，以及衡量自己進度的標準。從這個角度來看，第六步驟仍然是困難的但並非全然不可能的。唯一迫切的是，我們要做一個開始，然後繼續努力下去。

如果我們想要在酒精以外的問題上應用此步驟而獲得任何真正的益處的話，我們需要對虛心做一種全新的探險。我們需要把眼光朝向完美，並且準備往那個方向走。不論我們走得多麼的躊躇不前，很少會有關係。唯一的問題是：「我們準備好了沒有？」

再看一次那些我們仍然不願放棄的缺點，我們應該擦掉自己劃下的固定不變的線。也許有些情況我們還得說：「這個我還不能放棄。」但是我們不應該對自己說：「這個我永遠不會放

棄！」

現在要處理我們所遺留一件似乎是危險的未解決之事。以上所提議的是，我們應該變成完全願意以完美為目標，然而我們注意到一些「延緩」也許是可寬恕的。那個說法在一個尋求藉口的酒癮患者心中一定會被視為長期的意思。他會說：「怎麼這麼容易！當然我會朝著完美走，但是我一點都不會匆忙。也許我可以無定期限地延緩處理我的一些問題。」當然這是不行的。如此自我虛張聲勢，必須像許多其它愉快的強辯一樣被我們丟棄。最起碼我們必須面對一些自己最壞的缺點，而且為了它們的去除儘快地採取行動。

我們一旦說：「不，永不！」我們的心靈就不許上蒼的恩賜進入。延緩是危險的，叛逆可能致命。正是在這一點上，我們放棄有限的目標並走向上蒼對我們的旨意。